

信息化时代下高校艺术体操课程线上教学实践与思考

韩春英

(上海体育学院传媒与艺术学院, 上海 200438)

摘要: 信息化时代为艺术体操线上课程教学带来了机遇和挑战。文章通过实施艺术体操线上课程教学, 分析信息化时代下高校艺术体操课程线上课程教学的优势和弊端, 试图从教学实践中总结经验, 提出信息化时代下艺术体操线上课程教学优化改进措施, 为高校操舞类课程线上教学提供一定的理论参考和行动指导。

关键词: 信息化时代; 艺术体操; 线上教学

2010年7月,《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》中提出,信息技术对教育发展具有革命性影响。2012年3月,教育部印发了《教育信息化十年发展规划(2011-2020年)》。由此,我国教育信息化工作正式开启。当前,我国教育信息化建设走到2.0阶段,从教育信息化技术、平台、场景的搭建走向应用的普及,致力于信息技术与教育模式的深度融合与创新;从“三通两平台”的搭建,走向“三全两高一大”的基本目标。信息化时代下,互联网突破了课堂、学校和知识的传统边界,深受学生的喜爱,这为线上教学奠定了良好的基础。

一、艺术体操线上课程教学设计

(一) 教学目标和教学内容

艺术体操课程为限制选修课程,旨在让学生掌握艺术体操的基本知识和基本技能,提高学生的自主创新能力、实践操作能力和教学能力等综合素质。该课程教学内容包括理论、技术实践和技能三个部分。其中,理论部分包括教学组合动作的编排规律、竞赛规则和艺术体操概述。技术实践部分包括地面组合、身体波浪组合、基本步伐组合、双人球操组合和双人绳操组合。技能部分包括示范、讲解、创编、乐感和音乐视频剪辑制作等技能。鉴于艺术体操课程具有实践性、互动性和体验性特点。因此,艺术体操线上课程教学内容为艺术体操教学组合动作的编排规律、艺术体操竞赛规则、概述和艺术体操欣赏。

(二) 教学对象

艺术体操线上课程采取小班化教学。教学对象为上海体育学院传媒与艺术学院2018级舞蹈编导专业学生,共10人。其中,男生5人,女生5人。教学对象都是首次接触艺术体操课程,所学方向均为舞蹈编导专业体育舞蹈方向,具有扎实的舞蹈基础。艺术体操线上课程授课教师为笔者。

(三) 教学平台的选取

鉴于各教学平台的功能局限性,艺术体操线上课程教学以学习通平台为主要教学平台,企业微信、QQ、钉钉等多种教学平台为辅助平台。

二、艺术体操线上课程实施

课前,笔者根据艺术体操线上课程教学内容和教学任务,整理出国内外比赛视频、动作技术教学、“艺术体操概论”“艺术体操竞赛规则”和“艺术体操教学示范”等资源包,并通过学习平台推送给学生,以供学生学习和欣赏。笔者还将成套的艺术体操动作和技术部分进行分类整理,分篇章录制成视频,并上传至学习通平台。笔者结合动作的快、慢,还录制了“跟我学”视频,视频内含有分解动作和完整动作,对学生练习的次数、强度都有所说明,以便突出每节课教学重难点,增加教学的实效性。

线上教学则采用线上观看教学资源或线上直播讲解示范的方式。上课时,教师引导学生边学边练,通过“学中练”“练中学”的方式,调动学生学习的积极性、创造性,让学生学会学习,以达到学生真正掌握知识与技能的目的。教师通过观察、提问、表演、交流、练习和测试等方式,检测学生的学习效果,以便于教师调整教学计划和教学方法。

三、艺术体操线上课程反馈

(一) 艺术体操线上课程教学的优势

一是具有便利性。相比传统的线下教学模式,艺术体操线上课程教学更具有便利性,如师生通过线上平台,就可以收发作业、统计作业情况等,教师也可以在最短的时间内,将作业评价反馈给学生。艺术体操线上课程教学打破了时间、空间和地域等众多因素的限制,便于教师对学生有效的指导。

二是具有高效性。调查问卷显示,有60%的学生希望,教师在艺术体操线上课程教学中能够参与相关问题的讨论。其余40%的学生则希望,教师能够及时解决学生所提出的问题。在艺术体操线上课程教学中,教师则根据学生的上述需求,及时对教学作出调整,主要侧重于问题的讨论与答疑。学生可以在线上讨论区以文字的形式随时向教师提问,这样不仅可以保障每个学生提问的权利,而且不会打断教师的正常教学,有助于教师随时掌握学生的学习状态、学习效果。艺术体操线上课程教学增加了师生之间的交流机会,使师生之间的沟通更加顺畅,还拉近了师生之间的心理距离。

三是具有独立性。每一名学生都是一个独立的个体,在接

受信息时都会有所差异。艺术体操线上课程教学可以满足每一名学生的学习需求，学生在学习过程中遇到的问题，教师则有针对解答所提出的问题，并当场对其进行指导。艺术体操线上课程教学方式灵活，学生可根据自己的学习需求，反复观看教学视频，自主进行练习。

(二) 艺术体操线上课程教学弊端

一是艺术体操线上课程教学受外部因素干扰较大。一方面是线上教学平台的网络普遍不稳定，在授课过程中往往会有波动、卡顿的情况出现。这对教师授课的连续性与完整性有所影响，同时还会转移学生的注意力。另一方面是场地受限。作为一门术科课程，艺术体操线上课程教学最大的问题在于场地。在专业性训练或比赛中，艺术体操场地铺有一层地毯，地毯下面有一层弹性适中的衬垫。场地大小为 13 米 × 13 米，且四周

有宽度至少 4 米的安全区域，高度上至少保证 8 米。而在日常生活中，没有符合要求的场地，这对学生进行艺术体操线上课程学习造成了极大的阻碍。另外，艺术体操的肢体幅度较大，专业性较强。是否具有合适的场地，会导致学生在技术层面的掌握上有很大偏差。无论是场地，还是道具，对教师的“教”与学生的“学”都有较大的影响。

二是学生自律意识不强。在调查问卷中，所有学生自评是自己能认真完成作业。但由于线上教学平台监管弱化，在学习过程中学生往往会出现自制力不强、意志不坚定的情况。此外，网络对于学生的诱惑程度较高，学生难免有所动摇。在线上学习过程中，学生最大的敌人就是自己。在艺术体操线上课程教学中，教师对学生的主导作用弱化，这就需要学生发挥更大的主观能动性，抵住网络平台的各种诱惑，自主练习。

案例：《艺术体操》在线教学设计表

课程名称：艺术体操		讲授内容：艺术体操第六课时		
主讲教师：韩春英		上课日期：2020.4.7（3、4 节）		
一、教学目标： 1. 情感目标：思政教育，通过互评教师引导学生的规则、规范与规格意识；指导学生学会客观、公正的评价；通过技术教学培养学生吃苦耐劳、拼搏向上的体育精神。其次结合美育教育，树立正确的审美观，提高音乐素质和观赏能力，培养学生良好的身体姿态及动作节奏感、韵律感、优美感和表现能力。 2. 能力目标：通过讨论自编徒手操，培养学生发现、分析、解决问题及评价与逻辑思维和语言表达能力，以及学生运用规则与编创理论动手实践能力。 3. 知识目标：通过“学中练”“练中学”的方式通过艺术体操各项基本技术教学，让学生学会学习，以达到学生真正掌握艺术体操一级徒手操技术和 6 个跳跃动作技术。在发展学生柔韧、灵敏、弹跳等专项身体素质同时，增强力量和耐力训练，全面发展身体素质。 4. 在线教学：从实际出发，借助线上教学平台充分发挥教师的主导作用和学生的主体作用，积极构建网上课堂。 二、学情分析：经过前五周的学习，同学们在体能及专项素质等恢复到接近在校时的程度。班级的团结和学习的积极性又被激活，目前在线学习课堂氛围较好，已完成一级操徒手操学习和自编徒手操的编创；本次课在此基础上，对一级徒手操细节进行规范教学，以及进一步讨论指导自编徒手操编创核心内容。使学生更好的掌握和熟悉，对一级徒手操进行收尾工作。 三、课前准备工作 1. 在线上平台搜索课程《艺术体操》，主讲人为上海体育学院韩春英教授，参与学习； 2. 提前预习参考资料《艺术体操青少年等级标准与测试方法》科学出版社 韩春英、陆颖娜主编，2019 年 12 月； 3. 提前预习参考资料《艺术体操》高等教育出版社，洪小平、黄俊亚主编； 4. 听课过程请做笔记（形式不限，手写、word 等等），观看完成课程教学视频后，将笔记或学练动作拍照、截图或拍摄视频上传。				
	时间	教师活动	学生活动	教材教具
导入 / 热身 Bridge-in	5 分钟	课前线上平台签到，建立腾讯会议直播间	进入线上平台互动	电脑、手机
学习目标 Objectives	10 分钟	课中：回顾上节课学习内容并明确这节课学习目标	教师鼓励性点评学生上传的 ppt、视频作业	电脑、手机

参与式学习 Participatory Learning	20 分钟	艺术体操跳跃训练：教师组织观察、提问、讲解与示范技术（重难点） (1) 直腿跳 (2) 交换腿跳 (3) 团身跳 (4) 双飞燕 (5) 鹿跳 (6) 击腿跳	所有学生通过在线视频，同步进行学习，老师在线重点关注指导学生的起跳、空中姿态、落地等核心技术的掌握	电脑、手机
	25 分钟	艺术体操教学： 一级徒手操：教师组织观察、提问、讲解与示范技术（易犯错误） 规范一级徒手操第一段动作细节 规范一级徒手操第二段动作细节 规范一级徒手操第三段动作细节 (4) 完成音乐选配准确度	1、所有学生通过在线视频展示、相互点评，教师以鼓励为主评价。 2、学生掌握技术动作后，通过在线视频，同步进行训练，老师在线关注指导，达到一定的运动负荷，提高动作的熟练性和质量。 3、学生展示、教学、领做，相互评价，促进自主学习，提高学习的获得感。	电脑、手机、瑜伽垫
	15 分钟	2、自编徒手操： 教师组织学生提问、讨论分析，进行互相点评；教师指导性提出优点与不足及改进的目标、要求与方法。（三明治法则）		
	10 分钟	3、体能专项素质训练 教师组织播放视频；指导柔韧：前、侧、后压腿； 仰卧两头起、背肌两头起、立卧撑 20 次 × 3 组		
课堂小结 Summary	5 分钟	总结本节学习情况，布置课后作业与要求	角色互换：学生替换教师角色总结；思考、理解。	电脑、手机

（三）课堂要求

1. 点名

课程开始前 5 分钟会在微信群中发布点名二维码，课程开始后 5 分钟点名关闭，请大家按照课程表的时间准时上线。

2. 在线教学安排

按照线上教学中发布的教学日历进行在线教学的相关内容观看、互动式教学。

3. 听课过程请做笔记（形式不限，手写、word 等），观看完课程视频后，将笔记拍照或截图上传。

（四）课后要求

1. 学习相应章节的线上学习资料。

2. 按时完成线上课后作业。

（五）《艺术体操》在线课程教学考核标准

1. 在线课程的成绩将计入期末总评，具体比例依据在线课程的开课时间而定。

2. 在线课程由两部分组成，平时成绩 40%+ 考试成绩

60%。

3. 第记请于课程当天 24 : 00 前上传。

4. 章节测试于课后 24 小时提交完成。

5. 非不可抗力导致的请假，迟到请私信老师。

6. 笔记测试每迟交 1 天，成绩在应得分数的基础上扣除 20%。

（六）课后作业

1. 根据课程的讨论分析修改完善自编徒手操，尤其是音乐按规定完成，按组每人从开始到结束上传视频。

2. 一级徒手操测试上传视频。

3. 六个跳步动作，写（说）出动作名称，各做十次上传视频。

三、结论与建议

（一）结论

信息化时代下，艺术体操线上课程教学总体效果较好，师生都能够较快的适应这种教学方式。在教学过程中，艺术体操

线上课程教学充分发挥其优势,使教学具有便利性、高效性和独立性。同时,艺术体操线上课程教学也存在一些问题。未来,艺术体操线上课程教学如何把个人的学习与网络资源结合起来,还需要不断地实践和探索。特别是新冠肺炎疫情下的在线教育,为在线教学提供了宝贵的实践经验,也带给我们许多思考和启示,如亟需建设稳定使用的在线教育平台、教育专网,以及教师信息化水平与意识的改变等。

(二) 建议

一是精选教学资源。充足的教学资源是艺术体操线上课程教学质量的保障。教师要从诸多教学资源中精选教学资源,选取其中贴合学生实际的学情的教学资源,对其整理后,再使用。

二是创新教学形式。艺术体操线上课程教学要根据课程性质和课程目标,灵活选择教学形式,如直播、提供学习材料、线上答疑、线上讨论、录播等。

三是加强师生互动。艺术体操线上课程教学要做到课前要精选资源、课中要有互动、课后要有反馈,建立多元化的互动交流体系,充分发挥线上的功能,彻底打破时空的局限。

四是评价学习效果。教师可以通过学生作业完成的情况、回答问题、互动发言等方式,了解学生的学习状况,及时、准确、客观地评价学生学习进度和效果,有针对性地指导、引导和督查学生学习和讨论。

五是构建教学平台。为了有效克服线上教学场地、器材的局限,建议构建艺术体操课程教学虚拟仿真平台。这样可以使师生有身临其境感和沉浸感,有助于提高学生学习的兴趣,提升艺术体操线上课程教学的教学效果。

六是培养实践能力。“互联网+”教育时代,教师更需要借助网络技术,培养学生的创新精神和实践能力。教师应根据舞蹈编导专业人才培养目标,结合艺术体操线上课程教学实际情况,让学生在学习鉴赏艺术体操各种比赛视频的基础上,将所学的徒手、球操和绳操的基本动作进行套路和组合的创编与配乐,并录制、剪辑和上传,以提高学生创编、配乐等专业实践能力。

参考文献:

- [1] 曹蓓娟,施明雅.体育院校艺术体操课程教学改革研究[J].成都体育学院学报,2007,33(4):120-122.
- [2] 武青那.探究“互联网+”时代背景下高校体育教学的混合学习模式[J].文化创新比较研究,2019(19):123-124.
- [3] 赖莎..高校体育舞蹈通识课程混合式教学实践研究[J].新经济,2020(1):146-147.
- [4] 戚学家.对高校艺术体操选修课教学内容新方案的设计[J].科技信息,2007(1):193-195.



(图文无关)